

kasza gryczana na sypko



MILENKA2



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

kasza gryczana	2 szklanki
olej	łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kasze wypłukac, odsaczyc. w garnku zagotowac 3 szklanki wody. Dodac olej, wsypac kasze i gotowac 3 minuty. W wiekszym garnku zagrzac wode, wstawic tam garnek z kasza i gotowac pod przykryciem